

# An die Gesundheit denken oder Gesundheit verschenken

## Laufend in das neue Jahr 2008 starten

**Stralsund/vpb.** Es ist die Zeit, in der sich nahezu jedermann neue Vorsätze für das kommende Jahr vornimmt. Dabei steht ganz oben auf der Skala auch das Vorhaben, etwas mehr für die Gesundheit zu tun.

Dieser Wunsch kann durch zwei Veranstaltungen zum Jahresausklang bereits erfüllt werden. Am Silvestertag, dem 31. Dezember, findet um 10.00 Uhr der diesjährige letzte Lauf in Stralsund statt. Treffpunkt ist der alte Eingang am Stralsunder

Tierpark. Gelaufen wird in lockerer und entspannter Atmosphäre um den Moorteich. Denn immerhin sollen die Teilnehmer nicht unbedingt mit Muskelkater in das neue Jahr starten. Anschließend soll es neben einem kräftigen „Hallo“ auch eine kleine Einstimmung auf den Jahreswechsel geben, sofern Sekt, Punsch oder heißer Tee mitgebracht werden.

Das Sportjahr 2008 kann dann von den regionalen Laufenthusiasten bereits am 1. Januar 2008

ab 10.00 Uhr am Bootshaus des Stralsunder Ruderclubs an der Sundpromenade begrüßt werden. Auch hier stehen die Freude und der gelöste Start in das neue Jahr im Vordergrund. Der lockere Lauf geht vom Bootshaus in gerader Strecke einmal um den Moorteich herum. Genau richtig also auch für jene, die es ernst meinen mit den gesunden Vorsätzen für das kommende Jahr. Und zum Vormerken für den individuellen Laufkalender steht am 27. Januar ab 10.00 Uhr der 2. SV Hanse Gesundheitslauf zu Buche. Treffpunkt ist der Haupteingang der ehemaligen Medizinischen Fachhochschule in der Lilienthal-

straße. Es soll auch am heutigen 4. Advent noch immer Menschen geben, die kein passendes Weihnachtsgeschenk gefunden haben. Wie wäre es einmal mit einem Start bei einem der zahlreichen regionalen oder überregionalen Laufwettbewerbe. Neben dem obligatorischen Startgeld, kann man noch Erinnerungsshirt, Übernachtung oder Fahrgeld dazu legen. Da sind nach oben keine Grenzen gesetzt. Angebote gibt es genug. Nicht immer muss es ja ein Marathon auf dem Rennsteig oder in Berlin sein. Eine Teilnahme beim 1. Rügenmarathon macht es auch.

**Jürgen Blümel**



*Einen guten Start haben und für die Gesundheit laufen. Der 11. Silvesterlauf beschließt das Jahr 2007, der Neujahrslauf am 1. Januar 2008 eröffnet die neue Laufsaison.*

*Foto: Jürgen Blümel*



### Frohe Weihnachten

und ein gesundes neues Jahr  
wünscht Ihnen Ihre

**Physiotherapie Am Alten Markt**

Inhaberin Kirsten Maubach

Mühlenstraße 2 • 18439 Stralsund

Tel./Fax: 03831/666292 • Mobil: 0173/8567574

